



ONCOVALLÈS

Fundació privada d'ajuda oncològica

Publicació gratuïta

Butlletí núm. 5
2on semestre 2008



Solidaritat

Editorial

*

Salutacions

*

Ciència

Dr. H-Bronchud
Dr. Ojeda

**Voluntària
professional**



Marta Remolà
Assessora ortopèdica

Comiats

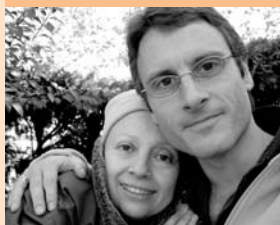
*

Agraïments

*

Col·laboracions

Monogràfic:



**Érase una vez
la vida**

Activitats

*

Projectes

**Delegacions
del Vallès**

SUMARI

Editorial	2
Salutacions	3
Ciència	4
Voluntària professional	8
Comiats	10
Agraïments	11
Col·laboracions	13
Projectes	14
Monogràfic	15
Activitats	19
Delegacions del Vallès	23
Consells pràctics	30
Fes-te'n soci	32



Editorial

ONCOVALLÈS

En julio hará tres años que me encontré con la dirección de Oncovallès. Pensaba que estarían de vacaciones pues casi era agosto. Envié un e-mail para que se pusieran en contacto conmigo, pasadas las vacaciones, pero contactaron la misma semana. Se interesaron por mi situación y me emplazaron para septiembre, cuando "las afectadas" que asistían habitualmente a cursos, talleres, charlas, etc. retomaban sus actividades. La primera semana de septiembre ya me estaban llamando y les aseguré que me presentaría la semana siguiente para conocerlas personalmente.

Pues bien, desde entonces no he dejado de tener un contacto continuado y alegre. Me he visto involucrada en casi todo con poco esfuerzo ya que, desde la Fundación, han puesto medios de todas las clases y maneras para que pudiera participar en todo lo que se me ofrecía y a mi me apetecía hacer: Terapia individual, grupal, taller de manualidades, osteopatía, taller de letras, charlas puntuales, presentaciones de libros, atención psicológica para mi familia, etc. Es decir: todo.

Oncovallès como Fundación se constituyó hace dos años, aunque su experiencia asociativa sobre el cáncer viene de más años y, tal y como he podido comprobar, sus actividades y su dedicación a los y las afectadas y sus familiares han crecido vertiginosamente. Tengo que remarcar que a los/las usuarias de sus servicios nos resulta gratuita cualquier consulta o participación, incluso el asesoramiento psicológico o el transporte y acompañamiento a las actividades o a nuestros propios tratamientos oncológicos. Siempre encuentran un o una voluntaria que te pueda acompañar.

Ante tales servicios les pregunté ¿Y cómo se costea tanto equipamiento y profesionales, si no nos cobráis por el uso que hacemos de todo ello? Pues muy sencillo, se costea con las aportaciones de los socios, con las subvenciones, con las recolectas puntuales en el transcurso del año y con alguna que otra subvención que va cayendo.

Ahora yo también soy socia con una pequeñísima aportación anual. Tengo la certeza del buen uso que Oncovallès da a cualquier aportación económica. Por todo lo visto y comprobado me atrevo a solicitaros que os hagáis socios de ONCOVALLÈS y contribuyáis cuanto podáis a ayudarnos a soportar los inconvenientes de esta enfermedad. Os aseguro que, en cuanto forméis parte de esta Fundación, os sentiréis orgullosos del buen hacer, de la transparencia y los aciertos a la hora de crear servicios y actividades para afectados/as y sus familiares.

Granollers, 20 de junio del 2006

Virtudes Hernández Caballero, afectada de 46 años

ANUNCIS D'ONCOVALLÈS

La Fundació d'Oncovallès fa saber a tots els seus lectors que l'import íntegre de tots els que posen la seva publicitat a la revista queda de fons per a la Fundació. Un gest que els honora, ja que gràcies a aquestes ajudes cada vegada podem donar més serveis als afectats. Moltes gràcies!

La Fundació

Fundació ONCOVALLÈS

Horaris: de dilluns a divendres
 Matins de 10:00 a 13:00h.
 Tardes de 16:30 a 19:00h.
 Av. del Parc, núm.9 6a planta
 Granollers – 08402
 Telèfon/Fax: 93 8700167
 fundacio@oncovalles.org

ONCOVALLÈS és una revista gratuïta. Si voleu contribuir a mantenir-la podeu fer la vostra aportació al compte de:
 La Caixa: 2100 0009 74 0201308552
 Caixa Sabadell: 2059 0300 17 8000427141
 Caixa Navarra: 2054 0304 31 9147719412
 Caixa Manlleu: 2040 0290 81 8000204049
 Caixa Manresa: 2041 0128 06 0040029765
 O bé us feu soci a la contraportada de la Revista

Equip de redacció:

Edita: Fundació Oncovallès
 Coordinació: Esther Castanyer i Virtudes Hernández
 Consell de Redacció: Carme Grau, Joan Sala i Olga Salavendra
 Col·laboradors: Maria Capel, Maria Moreno i Anna Mª Llòpès
 Disseny i Maquetació: Gràfiques Lloreda
 Impressió: Gràfiques Lloreda, SL. Granollers
 Dipòsit Legal: B-17.858-2.006
 Fotos arxiu i retoc fotogràfic: Josep Alcaraz
 Patrocinadors: Laboratoris Pfizer

La redacció d'Oncovallès no comparteix necessàriament les opinions expressades en les col·laboracions.

Salutacions



Dr. Jaume Duran Navarro

Director General

Fundació Privada Hospital de Mollet

Per a la Fundació Privada Hospital de Mollet és una gran satisfacció treballar conjuntament amb Oncovallès per oferir, a la nostra població de referència, el servei de psico-oncologia, destinat a ajudar tots els malalts de càncer que ho necessitin i els seus familiars. En aquest marc de col·laboració, també cal destacar les accions informatives i de prevenció que fem dins l'Hospital ambdues institucions, com són la celebració del Dia Mundial del Càncer de Mama o la del Dia Mundial sense Tabac, entre altres.

L'activitat que du a terme Oncovallès és exemplar: amb el ferm compromís en un projecte de salut i de territori i amb el desplegament de múltiples accions que aborden la malaltia del càncer des de diferents vessants, Oncovallès s'ha guanyat el reconeixement i el respecte dels professionals del món

sanitari, de la societat civil, dels mitjans de comunicació, i el d'altres institucions amb objectius i finalitats ben diverses.

Oncovallès s'ha guanyat el reconeixement i el respecte dels professionals del món sanitari

Tothom és molt sensible a l'hora de parlar de càncer. Per aquest motiu és fonamental la informació, i encara molt més important és saber comunicar-la. Oncovallès, amb aquesta publicació que teniu a les mans, transmet de manera molt planera i amb un estil molt proper, la seva missió dedicada a l'ajut del malalt oncològic. L'activitat d'Oncovallès no pot passar desapercebuda i aprofito l'oportunitat que m'han donat amb aquesta presentació per felicitar-los i encoratjar-los a seguir treballant en positiu amb l'energia i la il·lusió que els caracteritza. Des de l'Hospital de Mollet restem oberts a futures col·laboracions.

Enhorabona!

Ciència

4 de febrer 08: Dia Mundial contra el Càncer Presentació de nous avenços científics

Coïncidint amb la celebració del Dia Mundial contra el Càncer, Oncovallès i l'equip d'Oncologia de l'Hospital General de Granollers i de la Fundació Privada Hospital de Mollet, dirigit pel Dr. Miquel Hernández-Bronchud, el passat dilluns 4 de febrer a la llibreria La Gralla de Granollers presentà els resultats d'un estudi liderat pel Dr. José Luis Villar, metge adjunt del Servei d'Oncologia esmentat, on es demostra la relació causal entre el deteriorament cognitiu i l'estat avançat del càncer. Aquest nou descobriment, que es recull en la tesi doctoral del Dr. José Luis Villar, verifica que un elevat percentatge de pacients amb aquesta malaltia presenten una disminució progressiva de la seva capacitat de memòria i de les funcions psicosocials entre d'altres problemes.

A continuació, el Dr. Miquel Hernández-Bronchud explicà les principals aportacions del llibre "Principles of Molecular Oncology", de l'Editorial Humana Press de New Jersey, una DIVISIÓ de la Editorial SPRINGER International de Nova York (EUA); obra de primera línia internacional que es troba en la tercera edició i que informa sobre els aspectes més complexos i rellevants del càncer,

El llibre ja en la primera edició (2000), fou la primera presentació del concepte càncer com un procés patològic complex de les principals vies moleculars reguladores de la conducta cel·lular, com ara la proliferació de les cèl·lules, la mort cel·lular programada, la diferenciació, o la expressió dels gens. En la segona edició (2004), es va reafirmar en aquest concepte dinàmic, introduint noves aportacions per l'aplicació clínica del projecte Genoma Humà, (genòmica), la proteòmica, de l'epigenètica i de la farmacogenòmica.

En aquesta tercera edició (2008) sota la base coneixedora d'importants avenços científics i l'evolució clínica, els editors han



**L'editor principal
i autor del
primer capítol
és el mateix
Dr. Hernández-
Bronchud.**

actualitzat profundament la molt exitosa primera i segona edició, afegint-ne nous capítols amb uns 60 autors en total de primera línia internacional de diferents països i centres de recerca mundials, entre ells dels principals d'EUA.

Caldria destacar a escala nacional la contribució amb els seus respectius capítols del 'Centro

Nacional de Investigaciones Oncológicas' de Madrid, també conegut com CNIO, els Drs. Marcos Malumbres i Manel Esteller; de l'Institut Català d'Oncologia de Bellvitge i l'Hospital Duran i Reynals, Dr. Gabriel Capella i Dr. Miguel Peinado; de l'Hospital Germans Trias, Can Ruti de Badalona, Dr. Rafael Rosell i de la CS Vall d'Hebrón de Barcelona, Dra. Macarulla i Dr. Taber-

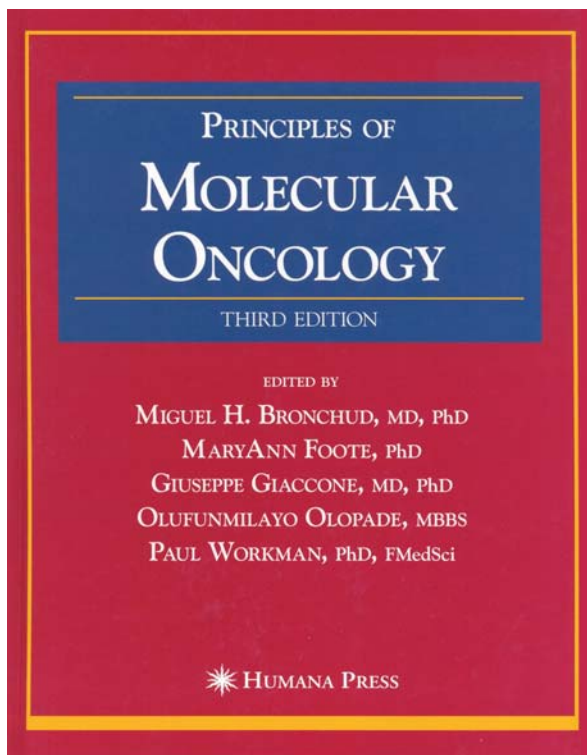
nero. L'editor principal i autor del primer capítol és el mateix Dr. Hernández-Bronchud.

Ampliada i amb una estimulants intel·lectualitat, aquesta nova edició, prologada per Karen Antman, expresidenta de la Societat Americana d'Oncologia Clínica (ASCO) i de l'American Association for Cancer Research (AACR); no tan sols descriu clarament els principis esmentats anteriorment de manera espectacular, sinó que interpreta les complexes dades moleculars disponibles i ofereix el ventall de nous tractaments contra el càncer que permeten actualment desenvolupar medicaments, com per exemple, anticossos monoclonals o tractaments orals sense els efectes secundaris habituals de la quimioteràpia, és a dir, que no provoquen caiguda del cabell, vòmits, infeccions i d'altres.

Dirigit exclusivament a especialistes en la matèria, com oncòlegs, hematòlegs i científics en la recerca del càncer, omple doncs, una important esquadra entre 'informació' i 'coneixement', per tal d'oferir esperança amb noves estratègies contra el càncer per poder reduir la proliferació de cèl·lules cancerígenes i de manera significativa la metastasi.

“En aquesta nova Edició, intentem transformar l'ampli abast d'informació molecular en 'coneixement'.

El Dr. Miquel Hernández-Bronchud ens encoratja esperançant: *“En aquesta nova edició, intentem transformar l'ampli abast d'informació molecular en 'coneixement'. Dit d'una altra manera més al·legòrica i simbòlica, ordenar les pedres individuals d'aquesta àmplia però dispersa informació sobre el càncer per construir una Catedral del Coneixement. El càncer no és només una malaltia. El càncer és un procés biològic i alhora un accident o cúmul d'accidents que afecten un teixit del nostre cos i transformen la conducta d'un clon cel·lular en maligne.*



En dues dècades hem passat de curar un 30% dels càncers a curar-ne un 60% i en casos com el càncer de mama a la nostra comarca del vallès oriental, fins a un 70%. Hem de continuar per aquest camí de l'Oncologia Molecular ja que ens portarà no només a un tant per cent de curacions encara més elevat, sinó també a una millor prevenció del càncer”.

A l'acte de presentació hi assistiren un bon nombre de personalitats, entre ells el sr. Pere Cladellas, president d'Oncovallès, el Dr. Rafel Lledó, director gerent de la Fundació Hospital Asil de Granollers, el Dr. Emili Alcantara, director mèdic en funcions de la Fundació Privada

Hospital de Mollet; el Dr Romà Julià, director mèdic de l'Hospital de Sant Celoni Fundació Privada i la regidora de Salut Pública de l'Ajuntament de Granollers, la Sra. M. del Mar Sánchez.

Olga SC



Assegureu la vostra **salut**

“La Mútua”
MUTUALITAT MUTUA, S.A. SGR, CÀRDEN, SGR

A partir de

25€

al mes per persona,
sense talons ni cost
addicional.

▶ Truqueu ja al **93 860 01 56**
i contracteu una pòlissa sanitària.

GRANOLLERS: Plaça Pau Casals, s/n • 08400 • Tel. 93 860 01 56 • Fax 93 870 43 55

CALDES DE MONTBUI: Pl Maragall, 55 • 08140 • Tel. 93 865 35 04

SANT CELONI: Dos de Maig, 1 • 08470 • Tel. 93 867 45 06

www.mutua.org • comercial@mutua.org

Ciència

Vacunar-se contra el càncer?



Dr. Felipe Ojeda i Pérez

Director del Servei de Ginecologia i Obstetrícia
Fundació Hospital Asil de Granollers

Des de fa uns mesos és possible vacunar-se contra un càncer, el càncer de cèrvix uterí. Fa uns anys, arran de les investigacions d'un grup d'epidemiòlegs catalans entre altres, es va descobrir que existia una relació causal demostrable entre la infecció persistent per un virus, el virus del papil·loma humà i el tipus més freqüent de càncer de cèrvix uterí. Així s'havia trobat que la infecció per aquest virus era necessària per a l'aparició del tipus més freqüent de càncer de coll uterí.

El càncer de coll uterí, malgrat que en termes generals és poc freqüent en les dones, quan es mira per edats és la segona causa de mort en dones per càncer entre els 18 i 50 anys, després del càncer de mama. A Espanya i també a Catalunya la prevalença d'aquest tumor és relativament baixa, malgrat que varia en comunitats i fins i tot en províncies. Així Comarques de Tarragona tenen més incidència de la malaltia que altres comarques de Catalunya.

La infecció per aquest virus es produeix per contagi sexual i requereix petites efraccions (o feridetes) al coll per envair en profunditat la mucosa i així produir canvis progressius a l'epiteli (la capa més superficial) del coll uterí que poden conduir a l'aparició del tumor. És un procés evolutiu des de la invasió inicial fins a l'aparició de lesions a les cèl·lules (SIL) o als teixits (CIN). Fins ara el sistema de diagnòstic era mitjançant la citologia, el conegut test de Papanicolau que es practica a la consulta de la llevadora o el ginecòleg. Si aquesta citologia presentava alteracions es practicava una exploració més completa mitjançant la colposcòpia (visualització amb una lupa espacial del coll de la matriu. Recentment, arran del descobriment de la relació del virus HPV, s'havia inclòs la determinació d'aquest mitjançant una prova específica i es modificava el protocol de diagnòstic i tractament en funció de si la dona era HPV positi-

va o no (tenia el virus o no el tenia).

Arran de les investigacions, i una vegada conegut que el origen de la major part d'aquest tipus de càncer era un virus, es va pensar a treballar per una vacuna que permetés, si més no, la prevenció en un futur d'aquesta infecció.

Aquest virus, no és, ben bé, un virus sinó una família de virus, però coneixem que sobre tot dos d'ells són més freqüents i tenen capacitat per mutar les cèl·lules a canceroses. Altres originen les verruges genitals i altres s'associen al càncer de penis en l'home. Aquesta gran varietat a la família del virus fa que fóra difícil definir com construir la vacuna, però al mateix temps permet que l'efecte d'aquesta vacuna tingui lloc a altres virus de la mateixa família (això es diu immunitat creuada: la immunitat contra un virus afecta en menys grau altres membres de la família vírica).

Els virus no són éssers vius en el sentit clàssic de la paraula, ja que necessiten altres cèl·lules, a les quals parasiten, per poder reproduir-se. De fet són petites càpsules de proteïnes que contenen material genètic (ADN o ARN).

En el cas d'aquest virus tots tenen una càpsula molt sem-

blant formada per un tipus de proteïna que els laboratoris han sintetitzat copiant la seva estructura de tal manera que enganyen les cèl·lules de la immunitat de la dona i l'enganyem més que si fos una infecció natural amb la qual cosa, com totes les vacunes, indueixen una resposta immunitària molt forta, que l'organisme de la dona recordarà. Així, cada vegada que tingui contacte amb el virus natural, l'organisme ja té la resposta preparada i no permet la invasió pel virus.

Des de fa uns anys s'han estudiat totes les característiques de la vacuna, des del fet que no produeixi altres alteracions fins a la seva capacitat per prevenir la infecció per aquest virus i una vegada fetes i comprovades les vacunes, ja són al nostre abast a la farmàcia.

Dos temes cabdals s'estan discutint actualment: el primer és la inclusió d'aquesta vacuna en el calendari vacunal de les nenes, l'edat i la conveniència o no de vacunar els nois. Pen-seu que es tracta d'una infecció genital i això és cosa de dos.

L'altre tema és que qualsevol dona que sigui HPV negativa (es a dir que no hagi tingut contacte amb el virus o aquest no l'hagi infectat) hauria de gaudir de la vacunació.

**quan es mira
per edats és la
segona causa de
mort en dones
per càncer entre
els 18 i 50 anys,
després del
càncer de mama**

I pensareu, i amb raó, no hi veig el problema! Doncs sí que i és important, el cost d'una vacunació (tres dosis) és del voltant de 450-500 euros a preu de farmàcia. I les autoritats sanitàries estan avaluant el cost de la vacunació dintre del calendari vacunal de les nenes, però no dels nens ni de les dones per

per primera vegada a la història de la humanitat disposem d'una vacuna per a un tipus de càncer

sobre de l'edat de vacunació (12-14 anys aprox). Llavors la resta de la població si vol vacunar-se hauria de pagar la seva vacuna de la seva butxaca i això és al que no estem acostumats al nostre país.

Un altre tema és el del canvi en el sistema de cribatge del càncer de coll, la famosa revisió ginecològica i la no menys famosa citologia; hi ha veus que ja diuen que si abans de l'aparició de la vacuna no estava massa justificada fer-ho com s'estava fent, així d'aquí a uns anys, amb població vacunada, hauria de canviar el procediment que possiblement restarà reduït a una determinació de HPV cada 3-5 anys, depenent dels riscos de cada dona.

Visquem temps meravellosos amb canvis notables i descobriments importants per millorar la nostra vida i per primera vegada a la història de la humanitat disposem d'una vacuna per a un tipus de càncer, Déu vulgui que les nostres autoritats sanitàries tinguin l'alta de mires per facilitar la quasi desaparició d'un tipus de càncer de les nostres dones.



FARMACIA ARIMANY

Obert tots els dies de l'any

*Farmàcia Perfumeria
Anàlisi clínica*

Plaça Maluquer i Salvador, 11
Tel. 93 879 40 29
08401 Granollers
marimany001@cofb.net

Mes informació del Departament de Salut:

<http://www.gencat.net/salut/depsan/units/sanitat/html/ca/dir473/doc12654.html>

Informació de la indústria farmacèutica:

<http://www.gsk.es/html/area-de-salud/cervarix.html>

<http://www.gardasil.com/espanol/index.html>

TAULA 1. RECOMANACIONS:

- 1 Nenes i adolescents de 9-15 anys i dones de 16-26 anys.**
- 2 Administrar-la abans de les primeres relacions sexuals.**
- 3 Vacunar dones sexualment actives**
- 4 3 dosis intramusculars a 0, 2 i 6 mesos.**
- 5 Les dones vacunades haurien de seguir un programa de cribatge (probablement diferent a l'habitual).**
- 6 La vacunació ha d'ésser completa.**
- 7 Haurien de seguir tenint precaucions envers les malalties de transmissió sexual.**

Voluntària professional: Marta Remolà

Recuperar la seguretat i la comoditat després de la malaltia



Marta Remolà

Assessora ortopèdica. Fundació Oncovallès

El meu nom és Marta Remolà i Venegas i sóc copropietària, juntament amb la meua mare, M. Àngels Venegas, de l'ortopèdia del Vallès, fundada a Granollers el 1981. Som un centre adherit al CatSalut. Així mateix, col·laborem estretament amb la fundació ONCOVALLÈS, amb la qual hem organitzat conjuntament 8 desfilades de roba interior i de bany en els últims 5 anys. Un dels nostres objectius ha estat sempre intentar oferir, als

nostres pacients, un tracte com més humà i professional millor. És per això que des de fa uns 10 anys m'he anat especialitzant en el tractament que podem donar, des de l'ortopèdia, a les persones afectades de càncer, especialment de càncer de mama. Crec que és clau atendre els pacients amb la sensibilitat requerida, procurant oferir rigorositat professional però, al mateix temps, un tracte proper per intentar ajudar a retornar, a la persona afectada, la confiança en si mateixa i intentar millorar la seva qualitat de vida a través dels productes. Aquí és on es centra la nostra tasca d'assessorament.

Treballem amb productes de tot tipus, segons les necessitats de cada persona, però volia explicar, a grans trets, quins solen ser els més sol·licitats pels nostres pacients (majoritàriament dones que pateixen o han patit càncer de mama) i com els poden ajudar:

Pròtesis mamàries externes de silicona i sostenidors: són necessaris després d'una mastectomia total. Pel que fa a les pròtesis, n'hi ha de diverses formes, textures, pes... És molt important observar com

s'ha realitzat l'operació per poder determinar si s'ha de compensar només la mama o també la zona axil·lar i, així poder oferir la millor solució per garantir a la pacient la màxima naturalitat, benestar i confort en la vida diària.

El sostenidors es confeccionen amb teixits antial·lèrgics. Hi ha força diversitat d'estils, patrons i copes. El sostenidor és una peça clau a l'hora de recuperar la seguretat i la comoditat a l'hora de vestir. A més, durant el procés de radioteràpia, la pell queda molt sensible i pot reaccionar al contacte; i és per això que disposem de sostenidors especials de seda o cotó, per cuidar i protegir la pell.

Pròtesis mamàries i sostenidors per mastectomia parcial i també durant el primer procés després d'una reconstrucció. Les petites imperfeccions es poden dissimular perfectament, gràcies a les pròtesis de compensació parcial (fetes de silicona), i acompanyades de sostenidors embuatats, com a complement perfecte.

La moda de bany, cada dia més amplia, ens ofereix banyadors, biquinis i complements amb un patronatge adaptat a la pacient i que permeten gaudir de la platja i la piscina sense complexos i amb total seguretat.

"Tapaboques" i mocadors capil·lars: Un dels efectes d'un procés de quimioteràpia és la caiguda dels cabells, una problemàtica que s'agreuja a l'estiu, a l'hora de passejar i prendre el raigs solars. Ara també disposem d'una àmplia gamma de mocadors capil·lars o "tapaboques", amb un teixit preparat que filtra en un 95% els rajos ultraviolats. Al mateix temps, ofereixen una alta transpiració i absorbeixen la suor ràpidament. Hi ha moltes formes diferents de poder-los portar, poder tenir una bona imatge i sentir-se còmoda i guapa.

Quan, arran de l'operació es veuen afectats els ganglis limfàtics, confeccionem mànigues i guants a mida, sempre amb prescripció mèdica.

L'assessorament al malalt i, sobretot, a la família és molt important en qualsevol tipus de càncer en totes les seves fases, però molt més en la fase aguda i també en la palliativa. És per això que disposem de tot tipus de productes:

- **Per a la deambulació:** bastons, caminadors, cadires de rodes -manuales i elèctriques...

- **Per al bany i WC:** cadires i banquetes de dutxa i banyera

- amb rodes o sense, raspalls que ajuden a rentar-se sense ajupir-se, agafadors de diferents mides, elevadors de wàter - amb recolzabraços o sense...

L'assessorament al malalt i, sobretot, a la família és molt important en qualsevol tipus de càncer en totes les seves fases

- **Descans i transferència dels malalts:** llits articulats -amb carro elevador o sense-, trapeçis, baranes, matalassos, sillons de descans basculants, cinturons -amb imant o sense, per a llit o cadira-, grues elèctriques...

- **Prevenició d'escases:** Matalassos d'aire, coixins de silicona, viscoelàstics, coixins posicionadors...

Com he explicat fins ara, la nostra activitat professional, en relació amb els pacients oncològics, gira principalment entorn a dones amb càncer de mama. Malgrat això, també tractem amb persones afectades de càncer de còlon i d'ossos. Per a aquests dos casos disposem de faixes estàndards i a mida. Per al primer cas, són confeccionades de teixit per a contenció abdominal (principalment en la zona de l'estómac); i, per al segon cas, tenim cotilles i faixes, pròtesis de membre inferior (depenent d'on estigui localitzada la malaltia).

Personalment el tracte humà i la possibilitat de contribuir amb la meua petita aportació a millorar la qualitat de vida i la comoditat dels pacients és una de les coses que més m'agrada de la meua feina i que em motiva a seguir treballant.

Marta Remolà

ORTOPÈDIA DEL VALLÈS c/ Sant Jaume, 53, Granollers

Telf. 93 870 53 41

Assessora ortopèdica

Fundació Oncovallès

ORTOPÈDIA DEL VALLÈS

(més de 25 anys al seu servei)

PODOLOGIA

- **Especialistes en mastectomia, pròtesi, sostenidors i roba de bany.**

Horari:
De dilluns a divendres
Matins de 9,30 a 1,30
Tardes de 4 a 7,30
Dissabtes matí de 10 a 1

C. Sant Jaume, 53
08401 GRANOLLERS
Tel. i Fax 93 870 53 41

Comiat per als amics

Per A.M.LL.



Gràcies per haver vingut. Gràcies per fer-nos companyia. Gràcies per fer-li costat.

M'agrada poder dir que el meu pare era una bona persona. És una d'aquelles coses que és maco poder dir d'algú.

La natura en totes les seves expressions: des de pujar a una muntanya fins a baixar a la platja. El mar, les ulleres i les aletes, i a mirar el fons del mar. Les tempestes el fascinaven i les perseguia. N'he viscut més d'una dins del cotxe. Els llamps i els trons (comptàvem els segons que trigava a arribar el so per saber la distància a què es trobava la tempesta). Del foc (per Sant Joan, en gaudia més ell que nosaltres i són famoses les anècdotes de quan era jove i feia explotar dinamita en el terrat de casa dels seus pares). La vegetació. Les plantes (només cal veure la selva en que va convertir el pati de casa seva). Els animals (tres gossos, ocells, gats). La música (escoltada i cantada). EL cinema (els de la filmoteca ja l'havien nomenat soci d'honor). Cuinar (últimament ens ha fet gaudir molt dels seus plats). Llegir. Ah! I xerrar, xerrar i xerrar. Mira que n'era de xerraire. Si t' enxampava desprevingut, havies begut oli. I si eres nouvingut i no el coneixies queies víctima de la seves ganes de ser escoltat. Aquí n'hi ha alguns que saben de què parlo.

Gràcies per haver vingut. Gràcies per fer-nos companyia. Gràcies per fer-li costat.

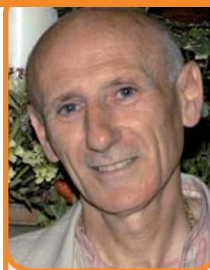
Anònim 06/01/2008

Josep Pascual



Has marxat i el buit que has deixat a la meua vida és indescriptible. Sempre et portaré en el meu cor i, siguis on siguis, cuida'm. Gràcies per haver estat un pare fantàstic i el meu millor amic.

Glòria Pascual



António Jiménez

Antonio confió en la fuerza del amor a la vida para afrontar su grave enfermedad. Y es que fuese hecho cualquier cosa para seguir tan sólo un instante más con todos nosotros, pero no pudo seguir viviendo por más tiempo. Murió el 17 de abril, agradecido por cuanto habíamos hecho por él. Murió viendo hechos realidad sus últimos deseos. Yo creo que murió feliz. Muy apreciado por todos. Ha sido una gran pérdida.

No estemos tristes por haberle perdido sino contentos por haberle tenido.

Su ejemplo de fuerza y valentía y sus lecciones de vida estarán siempre presentes en nosotros.

"I a poc a poc esdevindràs tan nostre que no caldrà ni que parlem de tu per recordar-te, a poc a poc seràs un gest, un mot, un gust, una mirada que flueix sense dir-lo ni pensar-lo."

Paquita



Dolors Pocurull Canes

La Dolors ens ha deixat després d'una llarga malaltia. Conscient que era greu, la va acceptar amb resignació però sense voler ser vençuda. Mai va deixar guanyar la tristor ni la desesperança. Mai no es va queixar, al contrari, ella era la que ens animava. Malgrat tot era feliç, el més important per a ella era l'amor: donar-lo i rebre'l, i això ja ho tenia. Ens ha ensenyat a trobar la felicitat en les petites coses que ens ofereix la vida i a saber estimar sense esperar res a canvi. Tot el que hem après d'ella ho tenim ben present, i això fa que ens continuï ajudant en tot moment. Gràcies per ensenyar-nos a trobar la felicitat al teu costat. Et reconeixem sempre en cada gest d'amor, de generositat, en cada paraula amable. Sempre viuràs en nosaltres.

Judit Jofre

Vícepresidenta d'Oncovallès de Cardedeu



- Alimentació natural i per a celíacs
- Productes biològics
- Cosmètica natural
- Dietes personalitzades
- Herboristeria

Tel. 93 870 21 44

C/ Portalet, 14 - 08401 Granollers
herbesdelportalet@hotmail.com

Agraïments



Foto cedida per: Xavier Solanas/ Revista del Vallès

Ens volem congratular de la solidaritat que tenim al nostre voltant. És molt d'agrair que tot l'equip directiu i els responsables de la Revista del Vallès, decidissin la destinació del 0,7% de l'any 2007 cap a la fundació. El passat 29 de gener se'ns va convocar per fer el lliurament del xec amb la recaptació feta que va arribar fins a 3.258,90 euros, donades per mans del Sr. Carles Font; president de Tarafa, empresa editora de la Revista al president de la fundació, Sr. Pere Cladellas i a la coordinadora, Sra. Carme Grau. La destinació de la recaptació, serà per sufragar un nou projecte pilot sortit de la Unitat d'Oncologia de l'Hospital General de Granollers dirigida als malalts de càncer en estat prepal·liatiu.

Olga SC



Col·laboració amb la Fundació Oncovallès

Ja tinc la moto rotulada amb el logo de la fundació, espero que us agradi, i també aprofito per donar-vos les gràcies per ajudar a tota aquesta gent que estan patint aquest contratemps denominat tumor.

Gràcies per tot,

David Lloret



Foto cedida per: El Nas de Cardedeu

Agraïment a Caixa Manresa

La Fundació Oncovallès vol fer pública la nostra més sincera gratitud al Sr. Albert Sanjuán, per la seva incondicional ajuda oferta en tot moment per obtenir enguany l'aprovació de la subvenció per iniciar el Projecte presentat a l'Obra Social de Caixa Manresa. El Projecte anomenat 'Intervenció dietètica personalitzada en pacients amb càncer colorectal', és realitzarà dins la Unitat d'Oncologia de la FHAG, per la biòloga i nutricionista d'Oncovallès Glòria Gómez. El Projecte per poder portar-se a bon port, ha de tenir una durada mínima de tres anys, us engresquem a col·laborar-hi també en el futur. Moltes gràcies de nou!

Fundació Oncovallès



caixaManresa

Agraïments



Solidaritat

L'exposició d'Emili Lloret, AUS SOLIDÀRIES, a benefici de la Fundació Oncovallès, encengué la llum de la curiositat. Existeix la solidaritat? Què és? Una abstracció filosòfica amb ramificacions sentimentals. És la definició d'una sèrie d'accions, dites, solidàries. Tant la paraula solidaritat, com l'adjectiu solidari-solidària, tenen la mateixa arrel del verb solidar i del substantiu solidesa. Què vol dir, doncs, solidaritat? Les paraules acabades en "at" acostumen a significar el resultat d'una acció. Solidaritat vol donar solidesa a una convivència. Anem a pams. L'ètica d'aquesta solidaritat està directament relacionada amb l'ob-

jectiu que es vol assolir. Què vol dir, això? Que la solidaritat tant pot ser socialment bona com perversa. On rau la bondat o la perversitat? En la intencionalitat del subjecte solidari. El gest d'Emili Lloret ha estat un gest solidari perquè la intenció i els objectius anaven destinats a millorar la convivència de persones malaltes. Talment com els compradors d'alguna de les pintures, que també podien tenir altres finalitats com per exemple satisfer una afició artística, a la vegada, que col·laboraven en un acte ètic i sanitari. En les accions solidàries són molt importants les finalitats i les intencions. Però no podem oblidar tampoc el vessant emotiu i sentimental quan actua de leitmotiv. És quan hi entra a jugar l'art. La solidaritat pot esdevenir una musa transcendent en el camp de les arts plàstiques, musicals i literàries. Es mou en un ambient poètic que li dona a la paraula i a l'acció la saviesa de la intel·ligència i l'emotivitat de la voluntat. La passió esdevé mística i la vida transcendència. És aquella expressió de tocar el cel amb les mans.

Amb la col·laboració de el Quatre Sala d'Art Granollers, El Racó i de Gràfiques Lloreda.

Es finalitza la inauguració amb un brindis que com sempre la Fundació Ferrer Sala Freixenet hi es present amb la seva solidaritat.

Joan Sala Vila



Emili Lloret, en un gest que l'honora, entrega a mans al president d'Oncovallès Pere Cladellas, el xec de la recaptació feta en les vendes de l'exposició. Cal afegir que aquesta exposició de caire benèfic no hauria estat possible sense la total solidaritat de Rosa Ferrer i Xavier Fernández de la sala El Quatre Sala d'Art del carrer de Santa Esperança de Granollers.

Olga SC

Aniversari solidari

Un matrimoni de Granollers en el dia de l'aniversari del cap de família, va tenir el generós detall de demanar a tots els assistents a la festa d'aniversari que en lloc de preparar un obsequi per l'homenatjat, fessin una donació a la guardiola de 'Granollers contra el Càncer' que prèviament ens havien demanat per tal de fer un donatiu global per a la Fundació. Volem deixar palès el nostre més sincer agraïment.

Fundació Oncovallès

Col·laboracions

La luz al otro lado

iPor fin me lo dijeron!
Y, aunque yo, por mi cuerpo lo sabía,
creí morir. Mas luego,
pasado el triste día,
algo cambió mi ser y fui de nuevo.

Nunca he sido valiente.
Y sin embargo ¡ahora! Quien lo diría...
Tan cerca de la muerte,
me sobra valentía
para mirar a ésta frente a frente.

Quizá he sido ungida,
y, a un tiempo con los clavos del dolor,
Dios me entregó a escondidas
la fuerza y el valor
que luzco en este tramo de mi vida.

No quiero ser pedante.
Ni despertar blandengues compasiones.
Mi verso, aunque punzante,
hecho está de emociones
que quiero compartir en este instante.

El mal sigue su curso inexorable,
y a pesar de que lucro con desnudo,
sucederá al final lo inevitable.
iPor más saja, más droga, o más desvelos!

Por los que sufren a la par conmigo,
más que por mí, lo siento yo de vera;
ya que al no ver la luz de mi camino,
les es incomprensible que yo muera.

Llevados por su afán de retenerme,
en mentiras piadosas se prodigan,
no queriendo aceptar, como yo acepto,
que la muerte forma parte de la vida.

Me aconsejan que no desanime.
Que en la ciencia confíe con esperanza.
Que jamás, en mi tedio determine
renunciar, como quiero, a mi terapia.

Que sea una enfermedad buena;
buena y valiente,
me repite el doctor constantemente.

Yo pregunto serena:
¿Más buena aún, doctor...?
- Sí, hija, aún más buena.
Piensa que aún no hemos llegado a lo peor...

Me mira compasivo y luego dice:
que la ciencia depara buenas nuevas
en contra de este mal que hoy me derrite
la vida que aún circula por mis venas.

Mi marido lo cree, y a mi se abraza.
Yo escucho sus palabras en silencio,
y reprimo el dolor que me atenaza
con tal de no causarle sufrimiento.

Pero, sé que el camino esta trazado,
y que tarde o temprano he de partir;
por más que mi partida pueda herir
a aquellos que me brindan sus cuidados.

iEllos creen que me siento desgraciada!
iNo admiten el que yo esté preparada!

Sin miedo ni tristeza espero el día,
y, como el tiempo malgastar no puedo,
mientras la ciencia sigue en su porfía,
preparo mi equipaje con sosiego.

Sin miedo ni tristeza espero el día.
Disfrutando la vida cuando puedo;
ya que tubo la amable cortesía
de avisarme, el que es dueño, que enviaría
el racimo a cortar de su viñedo.

No me hallará llorando,
la que viene en su nombre presurosa
racimos vendimiando.
Pues sé que será hermosa
la dicha que al final me está esperando.

El fruto, ya maduro,
presente del lagar la efervescencia,
donde todo lo impuro
quedará; pero la esencia
renacerá la cepa del futuro.

iNo puede, esa señora,
que tibias colecciona y calaveras,
erguirse en triunfadora,
de algo que es de veras
el templo donde el ser supremo mora!...

Para Nuri, con todo cariño.

Granollers 4 del 11 de 2000, Antonio Jiménez Rey

Nuri se sintió totalmente identificada con este poema; pues antes de morir así lo testificó en su propio epitafio.

Les lluitadores també somnien

Em dic Teresa Amat. La meva germana Roser, ens va deixar, després de patir la llarga malaltia d'un càncer de còl·lum (tumor cerebral). Mesos llargs de patiment per a tots, ella sobretot més que ningú i al seu darrere nosaltres. Vàrem tenir aquell nus que es posa a la boca del estómac i que no permet que passi el menjar, un nus que et deixa la ment en blanc. Quan la Roser no ens veia, les nostres cares es desfiguraven de tan dolor, mentre que al seu davant somríem fent veure que no passava res. Va aguantar més del normal perquè volia viure! Tenia unes immenses ganes d'anar endavant i poder sortir-se'n. Per apaivagar el seu dolor, agafava qualsevol paper i escrivia els seus pensaments, en els quals hi queda ben palesa la por i al vegada l'esperança. M'ha semblat oportú enviar-ho a Oncovallès, perquè mai quedin a l'oblit i de passada sempre podran ajudar algú.

Teresa Amat

Somnis a la vida

La vida, quina formosa paraula, i tanta gent d'aquest món que viu sense pensar, en com de valuosa és la vida.

Les persones no ens aturem a reflexionar en els moments de lleure, per descobrir que meravellós és somniar i viure.

Jo possiblement, quan m'aturo a pensar en l'immens que és viure, m'envaeix una angouxa per tot el meu ésser, que si en aquests moments, un expert cardiòleg veiés el meu cor podria comprovar els batecs amb un ritme desenfrenat.

Quan a la nit me'n vaig a dormir, sense voler, sense adonar-me'n em poso a pensar. Quantes persones en aquests moments, estan pensant el mateix que jo? sí! de la mateixa manera.

És tan bonic poder despertar al matí i passar tot el dia com un altre dia, sí! un dia més. De sobte penso: quina sort que tinc! fins i tot estic satisfeta de ser com sóc i pensar com penso. Alhora em faig una pregunta ben senzilla, però al mateix temps molt curiosa: el món, les persones, la humanitat sencera, pensen en la vida? I si no fos així, que horrible seria. A l'instant sento una angouxa que m'envaeix tot el meu ser, és un malson, però serà veritat que ho estic somniant? No m'hauré dormit i vull seguir pensant en la vida? Però, si m'he dormit i no és el somni de totes les nits, què és? És un somni dolç i al mateix temps pesat, què haurà succeït? Les meves idees són confuses, pensava que somiava però estic dormida.

Que estrany és tot això. Tinc por d'obrir els ulls, no! no! Jo vull viure! no em deixis anar VIDA!

Roser Amat

Projectes

No t'aturis i camina amb la malaltia. De setembre a desembre del 2008

SETEMBRE 2008

TERÀPIA DE REIKI

Evolució i connexió amb un mateix

Dilluns, del 1 de setembre al 29 de desembre
A càrrec de Angela Jiménez
Visites concertades

TALLER D'ART I AMISTAT:

Teràpies Saludables

Dimarts, del 9 de setembre al 16 de desembre,
de 17.00 h a 19.00 h
A càrrec de Nani Minguillón, Conchi Fernández i Mercè Navarro

TALLER TERAPÈUTIC D'EXPRESSIÓ EMOCIONAL A través de la vessant teatral els afectats poden exterioritzar les seves emocions

Dilluns, del 15 de setembre al 15 de desembre
de 17.00 h a 19.00 h
A càrrec d'Olga Pey

GRUP D'ART-TERÀPIA:

Acció sobre el paper

Dimarts, del 17 de setembre al 17 de desembre,
de 10.30 h a 12.00 h
A càrrec de Montserrat Montané i Marta Ballber

ART-TERÀPIA INDIVIDUAL:

Un viatge interior mitjançant la pràctica artística

Dimarts, del 17 de setembre al 17 de desembre
A càrrec de Montserrat Montané
Visites concertades

TALLER DE LLETRES

Teràpies i escriptura, participa, ajuda'ns a fer la Revista d'Oncovallès

Dimarts, del 17 de setembre al 17 de desembre,
de 17.00 h a 19.00 h
A càrrec d'Esther Castanyer, Maria Capel, Anna Mª Llopis, José Alcaraz, Carme Grau, de la mà de l'escriptor Joan Sala Vila

OCTUBRE 2008

TALLER DE RELAXACIÓ:

Tècniques de relaxació i respiració

4 sessions, Dijous dies 2, 9, 16, 23 d'octubre
de les 17.00 h a 18.00 h
A càrrec de Núria Ferrer, Psicòloga clínica

VISITA I CONÈIXER

KH Lloreda empresa fundada l'any 1949 dedicada al recobriment de metall i seguit la seva tra-

jectòria, des del 1969 com a fabricant de detergents.

Dijous 23 d'octubre a les 16.00 h
Sortida: Av. del Parc, 9

NOVEMBRE 2008

XERRADA:

Tractaments actuals quirúrgics i reconstructors

Data a confirmar
A càrrec de Dr. Miquel González, cirurgià plàstic i reconstructor de l'Unitat de Mama de la Fundació Hospital/Asil de Granollers

DESEMBRE 2008

SORTIDA Santa Llúcia

Vine t'ho passaràs bé!

Dijous 18 de desembre,
sortida 15.00 h a l'Estació de França, Granollers-Centre

Totes les activitats es faran: Av. del Parc, 9 6a planta.

(Places limitades) Gratuït.

Truca i apunta-t'hi al telèfon: 93 870 01 67

22-12-2008
NUMERO
17396
Són 5 €
Nº 00001
LOTERIA NACIONAL

Oncovallès
Fundació Privada
d'Ajuda Oncològica
T/ 93.870.01.67
AV. DEL PARC, 9 - 6ª
GRANOLLERS
Delegacions
CARDEDEU
L'AMETLLA
LA GARRIGA
LA ROCA
PARETS
STA AGNÈS
Tot taló estripat o esmenat serà nul
Caduca als tres mesos.

LOTERIA NACIONAL
17396
SORTEIG DE NADAL
El portador juga 4 euros al número 17396 del
sorteig que se celebrarà a Madrid el 22 de desembre
de 2008.
Donatiu 1 euro
Preu de la butlleta: 5 euros
Dipositari:
Caixa Navarra
Joan Prim, 89-91
Granollers
un projecte triat per
clients de can
Nº 00001

SOPAR COMARCAL A BENEFICI DE LA LLUITA CONTRA EL CÀNCER a GRANOLLERS – Divendres 03 d'Octubre 08

En el sopar-gala, com acostuma a ser habitual, comptarem amb la presència de nombroses personalitats de Granollers i de tota la comarca.

Diada especial en honor al nostre estimat i admirat Dr. Carles Vallbona.

Tiquets : Av. del Parc 9, 6è pis

EL 19 D'OCTUBRE ÉS EL DIA MUNDIAL DEL CÀNCER DE MAMA 'LA TEVA SALUT ÉS LA MILLOR BELLESA'

Atalaya Perfumeries s'uneix a Oncovallès col·laborant estretament amb aquesta jornada de sensibilització i corroborant el seu eslogan:

TU, PER DAMUNT DE TOT

Monogràfic: Érase una vez... la vida

CONTINUACIÓ

Estas son las últimas preguntas que Virtú planteó a propósito del documental sobre su vida y el proceso de morir. Fueron dos años de filmación, un amplio espacio de reflexión que de alguna manera nos fue sensibilizando para afrontar con un poquito más de suavidad el relieve de los acontecimientos.

Al leer ahora sus palabras tengo la sensación de que se salen del tiempo. Para mí son fruto de la necesidad de vivir, de arriesgarse en lo imposible. En su gesto se intuye una apuesta sincera por explorar, incluso a la sombra del miedo. Esa fue, a mi modo de entender, su aventura personal, su valiente humanidad, la naturaleza radical de un compromiso empapado de pasión.

Virtú no fue más diferente que cualquier otra persona, aunque quizá su diferencia sí dejó la huella inconfundible de su visión del mundo. Esa visión puede ser un comienzo, una provocación a sumergirnos en nosotros mismos, en la perenne riqueza del amor vulnerable e incondicional.

Miquel Franganillo Fernández

¿Cuánto tiempo llevas con cáncer?

Pues ya he cumplido 6 años. Los dos primeros se me pasaron con tratamientos y recuperándome de ellos. Empecé a trabajar de nuevo y enseguida me vino la metástasis en huesos. Vuelta a tratamientos y a dejar definitivamente de trabajar. Trámites de invalidez y gran invalidez. Y al año y medio de la metástasis de huesos, metástasis en pleura y mediastino. La ciencia avanza y tienen más tratamientos para esta nueva circunstancia. Mi cuerpo se limita a descansar y dejar actuar las nuevas quimios. Y aquí sigo, con la mente todavía bastante clara aunque reconozco que ha rebajado su caudal, con el cuerpo un poco más atrotinado y el espíritu reforzándose como contrapeso de todo lo demás.

Tengo una oncóloga muy positiva y nos compenetramos muy bien. También tengo mucha gente que me quiere y creo que eso es lo que más me sostiene y me refuerza para continuar dando de mí todo cuanto puedo.

En la primera revista que me invitaron a expresar mi situación yo no pensaba durar tanto tiempo viva, sin embargo ahora me siento con más expectativas de vida que antes. Espero no aburrirme con mis cavilaciones. De todos modos soy consciente del estado de mi enfermedad y, aunque mis expectativas de vida se hayan enfatizado, me siento preparada



para aceptar que mi cuerpo se agote cualquier día y me mande "pal otro barrio".

¿Qué significa Oncovallès en tu vida?

Hasta ahora va significando algo así como el agua que calma mi sed de muchas cosas; que me compensa allá donde no puedo llegar con mis capacidades. Oncovallès es muleta y/o alimento, según me conviene. ¡Qué más se le puede pedir!

¿Cómo te has sentido tratada hasta ahora por los diferentes profesionales de la salud?

Por los/las oncólogos que me han tratado me siento poco tirando a deficientemente tratada, pero desde que empecé con la metástasis de huesos han mejorado mucho, la verdad, sobretudo la última oncóloga que me lleva desde octubre-2005; poco a poco ha hecho que me sienta con ella como buenas cómplices por la misma causa. Por los/las doctoras de radioterapia me he sentido muy bien acogida. Por el resto del personal sanitario, correctamente atendida, incluso por la psiquiatra.

¿Qué te ha enseñado el dolor?

El dolor me ha hecho más paciente, me ha dado madurez en mi enfermedad, me he percatado de las caras de sufrimiento de los demás, he comprendido mejor de qué pasta está hecho nuestro cuerpo y que el dolor es connatural a nuestra fisiología y a nuestra idiosincrasia. Por el dolor aprecias mejor los momentos sin él y los disfrutas como el bombón que dejas derretir lentamente en tu boca. El dolor es una prueba de resistencia de tu temple, de tu carácter, de tu simpatía. Si te dejas doblegar por él a nadie le agrada verte. Si lo combates

con todo lo que puedas, interno y externo a ti, aunque te queden resquicios de dolorcillos, tu triunfo sobre él te renueva la alegría y la contagias fácilmente a quien tiene que verte.

¿Cómo es una despedida?

Una despedida siempre se hace larga, cuanto más la definitiva. Una despedida está llena de preguntas. Una despedida tiene un contenido de amargura, de dolor, de rechazo, de expectativas las menos pero también, porque partes de lo conocido a lo desconocido.

Siento que tengo que pedir perdón por el dolor que causaré al despedirme de la vida. No obstante, del tiempo que me queda, una parte la dedico al bien morir y al bien vivir lo que me quede, pues con mi forma de acoger mi propia muerte espero compensar vuestro dolor por mi despedida.

¿Qué queda después de una pérdida?

Un vacío, algo que se desmorona o se desestructura para volver a recomponerse de otra forma. Queda una temporada de rechazos a no se sabe qué pero sí por qué. Ante mi muerte espero que la pérdida no se sienta muy brusca. Hago todo lo posible porque así sea con mi forma de vivir y saborear la etapa en la que me encuentro.

¿Qué compañía te brinda la soledad?

Ya puedo sentirme a gusto en soledad, incluso la busco para tener mis momentos de penetración conmigo misma y con el Universo. La recomiendo siempre y cuando sea escogida por una misma/o. Y si alguien se siente solo/a en compañía, o solo/a por las circunstancias, os recomiendo aprovechar ese estado para conoceros mejor interiormente y, sobretodo, para valoraros sin llegar al sentimiento de estar por encima de todo y de todos.

Aprovechad también para quereros más e ir expandiendo ese amor a vuestro alrededor, sin esperar nada. Luego todo llega, os lo aseguro, todo. Todo, incluso situaciones y/o personas que no hubierais imaginado cerca vuestro, y todo ello



rodeado de bienestar, de felicidad, de más amor.

Tengo que deciros que, en mis 48 añitos de vida, me ha ayudado mucho aprender a relajarme. Hay infinidad de métodos y personas que los enseñan, el caso es que cada cual escoja el que mejor le encaje, lo practique y lo introduzca en sus hábitos de vida. Saber relajarse sirve para muchas cosas, para llevarte bien con tu soledad, por ejemplo.

¿Quién es Virtú?

Un proyecto de la vida, para la vida, por la vida y por algo más allá de la vida que no sé conscientemente, pero no me importa. Yo sigo buscando aquí y hasta donde se me permita del más allá. Si vuelvo a tener la oportunidad de ser un ente vivo en este mundo que tú y yo conocemos ahora, seguramente continuaré creciendo, buscando, viviendo. Si no vuelvo es porque me corresponde otra forma de ser y de superar, de

investigar, de crecer, otra forma de vivir y morir para resurgir de nuevo dónde y cómo convenga. Estoy contenta. Me siento realizada aunque me quedan ganas de haber hecho muchas cosas, haber estudiado más cosas, investigado, etc. Pero bueno, lo haré en otras vidas si puede ser y, mientras prosiga en ésta sigo haciendo lo que mi cuerpo y mente me permiten.

¿Qué regalos te da la vida?

El despertar diario de esas pequeñas muertes adormeci-

Una despedida siempre se hace larga, cuanto más la definitiva. Una despedida está llena de preguntas.

das. La mayor alegría es el despertar y constatar que lo anterior sólo había sido un sueño y por eso no podía controlar mis esfuerzos.

Una vez despierta aún me siento con más regalos: la atención y el cariño que me dedican cuantos me conocen. Su regalo de amor es el cable de energía que me alimenta día a día.

Para disfrutar de estos regalos de amor, he tenido que seguir un cursillo acelerado sobre "saber recibir" pues, como nos pasa a muchas personas, creo que a más mujeres que a hombres, estamos acostumbradas a dar y dar sin reparar siquiera en nosotras mismas o en nuestro propio agotamiento, y luego, cuando nos toca recibir, nos incomoda, sufrimos por el que nos está dando y ponemos grandes inconvenientes para dejarnos ayudar.

Después del tiempo que llevo recibiendo, continuamente, diversas formas de amor, he aprendido incluso a disfrutar de lo que me dan y a comprender que, los que me dan disfrutan con

ello y no esperan de mí más que mi bienestar. Así disfrutamos todos, los que me dan y yo.

Lo que más me está sorprendiendo es que, al mostrar mi felicidad por lo contenta que estoy de recibir tanto amor, mi enfermedad no se percibe tanto ni tan grave. Y el que sabe de la gravedad no puede mostrar pena sino que me anima en la manera que la llevo con lo cual, sigue reconvirtiéndose y reconfortándose a sí mismo sin pesimismo.

Vives con tus dos hijas, ¿cómo han ido llevando estos 6 años con tu cáncer?

Pues ha habido de todo y muy diferente entre las dos, con un denominador común: el miedo. Miedo a perderme en poco tiempo y miedo a tener ellas mismas cáncer. (Próxima entrega: Mi cáncer y mis hijas, diferentes procesos de aceptación).

Virtudes Hernández Caballero

Diario de a bordo. Abril de 2008

Hoy he ido a ver a Virtu, pero en esta ocasión se encontraba en la sala de urgencias de un hospital. En una habitación en la penumbra entre otras tantas que sollozaban.

No he sabido muy bien cómo estar con ella. La encontré de lado, recostada sobre una almohada y muy quieta. Podía sentir su fragilidad, casi infantil, simple, blanca y clara entre las sombras de esta vida. Sus hijas cercanas y las manos en caricias leves se abrían paso en la oscuridad.

Parecía no quedar remedio alguno salvo aguardar. Mientras buscaba desesperado alguna ingenua explicación que me dejara tranquilo aunque no aclarase nada. Preguntándome más que nunca para qué, de qué se trataba nuestro compromiso, el proyecto que nos embarcó juntos en la ilusión de construir una película a propósito de la vida, de su muerte.

Las respuestas no llegarían. Le dije que al final sería de lo más bonito, que nuestro sueño tendría su realidad. Incluso nos daría igual que en ese final todo esto fuese un sueño. No importaba, ella dormía, aunque a veces se agitaba como una hojita, tenue, fugaz en el caprichoso viento de la existencia. Yo quería despertar, pensaba que así volveríamos a empezar, a soñar aunque fuese sólo con un mundo mejor.

Virtu, qué poquita cosa me he sentido a veces al lado de tu valor para afrontar lo que sabes. En tu medida, a tu manera has sido una guerrera sin igual. Tu última batalla está por llegar

y ahí estás tú y tu sonrisa desafiando el abismo. Me duele, me duele el corazón de verte morir, de no poder entrar y acariciarte más allá. Me duele no seguir el camino contigo. Perdóname, en algunas ocasiones he sido torpe y a tu lado me moví asustado, y ahora querida amiga no sé cómo despedirme de ti.

Entonces oí las aguas serenas que colmaban su corazón, mientras la tierra se marchitaba por fuera. En ella han ido cayendo las lágrimas de los que tuvimos el honor de acercarnos incluso en la distancia.

El 17 de abril Virtu decidió partir. Eran las dos y media y el cielo pesaba gris. Tímida, la mañana había llegado con lluvia. Al final derramó su poder, sin frío, sin violencia. Ese cielo había estado ocupado en lucha y llanto, para vestirse después en profundo azul.

En algún lugar aquí abajo despunta la alegría. Hubo un tiempo para la pena y la rabia, para el cariño y el silencio, para la magia. Llegó también el perdón, la gratitud. Con todo ello se ha abierto un nuevo espacio donde lo cotidiano y lo sagrado se encuentran, en el que es preciso levantarse y caminar, respirar con determinación a cada nuevo paso.

Virtu nos ha dejado su sonrisa. Una invitación a soñar con los ojos bien abiertos, que la vida es posible aquí, ahora. Siempre fue aquí y será ahora. Nos toca renacer, repartir, repetir el milagro de vivir a pesar del morir. Aquí estamos pues, para ser personas y crecer, crecer hasta alcanzar el cielo con las manos y fundirnos en el misterioso regalo de un día cualquiera.

Miquel Franganillo Fernández



Virtudes Hernández

La Virtú ja ens ha deixat. És difícil transcriure els pensaments amagats dins al cor. Costa expressar sentiments davant el fet de la mort i encara que no vulguem ens imposa, ens bufeteja i ens deixa la seva marca. Jo em sento perduda, perquè pel camí se m'escapen les flors. Unes flors que he pogut gaudir en tota la seva bellesa i de sobte, a poc a poc, s'han marçit perquè els ha mancat l'aigua de la vida. Pot ser m'envaeix una lànguïda tristesa que fa que no trobi les paraules adients per fer un text coherent, per tant he gosat dedicar-li una poesia.

Voldria ser poetessa experimentada per expressar la bellesa de la Virtú, però tan sols sóc una minsa aprenenta posant-hi bona voluntat. Per a la Virtú. I per a la Iris i l'Àgata, la seva continuïtat.

Pensaments

Tot torna...

I en el pensament et recordo
amb el riure clar, la cara fresca i nua,
l'esperit alegre, enjogassat.

Penso en tu, cabal, serena,
amb el pas segur i ferm.
Tal com eres, rica en bellesa interior,
elegant de cor i d'ànima,
i d'amistat vertadera.

Has marxat...

I què em deixes en l'legat?

Amor incondicional, el cor enfortit
la immensa riquesa del teu esperit,
la juvenesa plantant cara al combat.

Recordaré els teus mots, el teu saber fer
però, pel damunt de tot a tu... tan digna.

Sóc feliç sabent que des del teu univers, em mires
riallera, plàcida, orgullosa i contenta.

Jo... des d'aquí noto la teva energia,
ja ets lliure de les feixugues cadenes.
Et sento riure i m'abraço amb força
al teu estimat record.

Esther Castanyer, 6 de maig de 2008

Quelcom més que agraïment

Tot l'equip en ple del taller de lletres volem agrair des de aquestes pàgines la dedicació que va tenir la nostre companya, la Virtú, envers Oncovallès. Hem perdut l'amiga, la companya, la pallassa, sí, malgrat estant ferida de mort sempre trobava el moment per fer-nos riure o suggerir-nos la seva particular filosofia de la vida. La trobarem a faltar molt, i més encara en la confecció de les properes revistes. Avui encara la tenim en aquestes pàgines i ens costa veure la realitat. Demà ens caurà la bena dels ulls i amb ella ens eixugarem alguna llàgrima que encara rodola sovint.

Allà on siguis estimada Virtú, et desitgem que descansis en pau!

Taller de lletres

Hoy la familia de VIRTU, amigos y conocidos nos hemos reunido, para darle un pequeño homenaje, por la amistad que nos ha brindado, por el cariño que nos ha dado, y tantas cosas.

Siempre tenia una palabra para levantar el ánimo cuando la hemos necesitado, nos quedamos con su sonrisa.

No te decimos adiós si no un hasta luego.

Cristina Pedrosa



“..... detrás de cada punto de llegada, hay otro que empieza, detrás de cada reto hay un nuevo estímulo, mientras estés viva, vive intensamente, cuando no puedas ir deprisa, camina, cuando apenas puedas caminar, haz servir un bastón, pero nunca, nunca te detengas.....”

M.Teresa de Calcuta

Virtudes Hernández
Abril de 2008
“Siempre te recordaremos”

Activitats

Xerrada Càncer Pulmó

El passat 13 de març, el Dr. Enric Barbeta, cap del Dep. Pneumologia de l'hospital General de Granollers, ens va fer una conferència sobre el "Càncer de Pulmó i Estratègies de prevenció". També va assistir i participar un membre del seu equip de 7 persones, la Infermera María Matito.

Des de bon principi el Dr. Enric va fer palès l'alta incidència que té el tabac en el desenvolupament del càncer de pulmó. Ens va presentar una estadística del 2007 en la qual, només el 6% dels 107 pacients que van atendre de tot el Vallès Oriental, no havien estat fumadors i durant l'any van morir 38 d'aquests 107 diagnosticats i tractats. Es troben que, el pacient,

des què té el primer símptoma fins que va al primer metge, que sol ser el de capçalera, triga 56 dies de mitja, llavors, arriben en estadis força avançats, estadis IIIB i IV, que no admeten cura.

El Dr. Barbeta ens informà què el càncer de pulmó és el que mata més gent, envers els altres tipus de càncer. El 27% de morts per càncer de pulmó a tot Catalunya.

Estan en risc les persones què treballen amb cromats i niquelats, però els superen els dependents del tabac. A tot gran fumador, de seguida se li fa una broncoscòpia com a mètode per observar la formació de tumors a la part més interna del pulmó, i una punció si es tracta d'analitzar la zona més exterior.

Dels 107 pacients tractats al 2007, 95 eren homes i 12 dones, amb una mitja d'edat de 67 anys.

Tot i ser el pitjor càncer el de pulmó és el més fàcil de prevenir: no fumant. Al diari EL PAÍS del 11 de març d'enguany van informar què un 30% dels tumors de pulmó afecten a dones i amb tendència a créixer.

Van assistir a la conferència 45 persones amb alta participació fent preguntes al Dr. Barbeta com ara:

Per què costa tant deixar de fumar?

Per falta de voluntat i perquè a les cigarretes es poden trobar, a més de la nicotina, més de 3000 substàncies additives.

Aquest tipus de càncer és hereditari?

La predisposició sí ho és.

Arrel de comentaris varis el Dr. va informar que l'Hospital General de Granollers disposa de 4 metges cirurgians toràcics, l'equip més bo de tota Catalunya, d'Espanya i segurament d'Europa.

V.H.



Activitats de Prevenció

- Del 31 de març al 18 abril Racons de Salut. Salut Pública i Oncovallès. "Xerrades a 2on ESO" oferta a totes les escoles de Granollers.
- Del 30 de maig "Taula informativa, dia mundial sense tabac".
- Del 12 de juny "Xerrada, Virus Papil·loma Humà, noves perspectives de prevenció del càncer del coll uteri"

Un luxe de desfilada

Un any més, ens hem aplegat per gaudir de la cinquena desfilada, amb moltes novetats. La primera que se'ns ofería en l'acurat marc de la sala Tarafa, plena de gom a gom.

El preàmbul fou a càrrec d'Olga Salavedra que donà pas a la Psicooncòloga de la fundació, Carme Cortés qui va parlar a tots els presents de la importància de la imatge avui en dia i com és de convenient que les dones tractades amb quimioteràpia, tinguin més cura de la seva pròpia, tant per la connotació psicosocial com per millorar la seva autoestima i adaptació a la nova situació de la malaltia. Per això cal que puguin optar a tots els mitjans que tenen al seu abast i trobar-se boniques encara que es pateixi una intervenció d'aquestes característiques, per tal d'afrontar la situació amb més energia i ganes de viure.

La segona novetat era que la que se'ns ofería com a desfilada de roba interior, pròtesis i novetats de bany de la firma Anita Care. Aquest any s'ampliava i les models lluien uns vestits de carrer i cerimònia molt bonics i elegants i també la col·lecció de mocadors de la marca "original Buff", fabricats de cotó transpirable per a l'estiu i



les diferents formes de col·locació que donaven a les nostres models i model masculí (una altra novetat de la desfilada) un "look" molt estiuenc i actual.

L'Esther de Ris o Llis que va conduir tota la cerimònia donà pas a la Virgínia de la firma Anita Care, que va fer una magnífica explicació de forma molt entenedora de tot el referent a la seva llenceria, roba de bany i pròtesis.

La desfilada es va convertir en una tarda de festa en què tots vàrem poder gaudir de la gràcia i naturalitat de les models a la passarel·la, contagiant els presents de la seva alegria i que varen acompanyar amb aplaudiments totes les seves actuacions.

Un any més, la desfilada ha esdevingut un èxit. I les emocions de veure amb quina valentia afronten aquestes noies la malaltia, surten en moltes ocasions a flor de pell. Cosa que vàrem apreciar tots, així com també la regidora de Salut M^a del Mar Sánchez i de la qual cosa va fer esment.

En finalitzar l'acte, als models se'ls oferiren uns bonics obsequis, i sobretot una gran ovació de tots els assistents.

Agraïments a: Anita Care, Ortopèdia del Vallès, L'equip de Ris o Llis, Barbany, Original Buff, Imma Perruquers, Jardinet.

Gràcies Oncovallès per oferir-nos cada any un acte tan entranyable com aquest.

A. M. Llopis

RIS O LLIS

CONFECCIÓ I MANTENIMENT DE PERRUQUES

ESTHER DE VEGA

Muntatge fotogràfic: José Alcaraz

Alfons IV, 16 . 08401 Granollers
Tel 93 879 42 52 . Fax 93 879 67 66
info@risollis.com www.risollis.com



centre de formació de perruqueria i estètica
parc estudi
som el teu futur...

Generalitat de Catalunya
Departament
d'Educació

• CICLES FORM. GRAU MITJÀ

- Perruqueria
- Estètica P. D.

• PROGRAMES DE GARANTIA SOCIAL:

- Auxiliar d'estètica
- Auxiliar de perruqueria

Per a més informació:

C/ Josep Umbert, 36-40 baixos - Granollers
Tel. 93 879 81 10 - Tel/Fax 93 879 55 74
e-mail: parcestudi@worldonline.es

**MATRÍCULA
OBERTA**



Festa Literària '08

El passat dijous a la Sala Tarafa, plena de gom a gom; se celebrà la cloenda festiva del Programa semestral: No t'aturis i camina amb la malaltia; amb la participació, en primer lloc, del Taller d'Expressió Emocional, on a través de la vessant teatral es poden exterioritzar tot tipus d'emocions que dirigeix excepcionalment Olga Pey.

Els presents vàrem poder gaudir de la feina feta durant aquest semestre, l'obra teatral de Ramon Foch i Camarasa, "Mans enlaire!", molt ben representada en aquesta ocasió per Tina Belmonte, Teresa Chafer, Jordi Devesa, Conchi Fernández, Anna M. Llopis, Amparo Marcos, Nani Minguillón i Montse Rovira.

Després Joan Sala Vila va fer les presentacions oportunes del veredict dels guardonats als premis, en aquesta ocasió del ja III Concurs de Poesia 'Pepi

Pagès', a mans de Teresa Riera i Pagès, filla de Pepi Pagès, de qui porta el seu memoràndum el nom del Concurs de Poesia anyal; M. del Mar Sánchez, regidora de Salut Pública i Pere Cladellas, president de la Fundació Oncovallès. Els guardonats van ser:

Primer Premi: CONTRATEMPS

Autor: Albert Pera (*Mataró*)

Nota del jurat: El poeta va presentar tres treballs "Antigor", "Contratemps" i "Pausa", tots tres mereixien premi i per aquesta circumstància se li atorgar el primer.

Segon Premi: PRINCIPI DE PERMANÈNCIA

Autor: Rubén Garcia Cebollero (*Vilanova i la Geltrú*)

Tercer Premi: PASSEJADES AMB LA MARE

Autora: Maria Pujol i Ciurans (*Parets del Vallès*)

En acabar, es va poder gaudir d'una revetlla avançada per a la qual gentilmente ens obsequien les cases Bon Àrea i la Fundació Ferrer Sala Freixenet, amb coca i cava per a tothom respectivament. Un any més, tot van ser felicitacions!

Olga SC



- Disseny
- Impressió comercial
- Producció editorial
- Packaging
- Cartelleria gran format
- Dades variables

C/ Nòria, 11 nau E (Pol.Ind. Vallldoriolf)
08430 LA TORRETA (La Roca del Vallès)
Tel. 93 870 23 06 · Fax 93 879 11 95
e-mail: info@grafiqueslloreda.com

Flors i Violes a benefici d'Oncovallès

El passat 28 de juny vàrem poder gaudir d'una tarda inoblidable, gràcies a un grup de gent amb molta empena de Granollers, sota el nom de Flors i Violes. Ens mostraren tot un ventall de diversos estils musicals de totes les èpoques.

L'alcalde Josep Mayoral ho va deixar prou palès en unes senzilles i càlides paraules que els va dedicar abans de començar l'espectacle musical.

La Sala de l'Esplai de la Caixa va ser plena de gom a gom per un bon nombre de granollerins amb prou bona solidaritat per adherir-se a la fita de passar una tarda de dissabte ben alegre i divertida a canvi d'un donatiu per a la Fundació. Cal fer un esment també d'agraïment molt especial als responsables del Bar de l'Esplai que vàren posar tot tipus de facilitats a l'hora de poder fer dins el seu local després de l'obra, una acollidora anticipació de la revetlla de Sant Pere, gràcies a la gentilesa de Bon Àrea i de la fundació Ferrer Sala Freixenet; amb coca i cava per a tots els assistents i amics d'Oncovallès i dels de Flors i Violes. La nostra més sincera enhorabona pel vostre bon fer i el bon cor demostrat. Moltes gràcies a tots i a tothom!



Sortida cultural a MÓN SANT BENET



Com acostuma a ser habitual, cada semestre acabem les activitats del nostre Programa: 'No t'aturis i camina amb la malaltia' amb una sortida lúdica i distesa. Aquesta vegada vàrem fer una sortida d'allò més bonica i completa: Una sortida cultural a MÓN SANT BENET.

Una cinquantena de persones d'Oncovallès varen poder gaudir del monestir medieval de Sant Benet fundat el segle X, amb un acurat i innovador servei de visites guiades on visiten la part romànica, gòtica i barroca, passen per l'església, el claustre, el celler i les galeries de l'oest del monestir. Cal destacar la museïtzació única i excepcional, ideada a partir de muntatges multisensorials buscant un efecte vivencial, per poder fer reviure i sentir al visitant la història del monestir en tota la seva amplitud. Molt encertadament hi han trobat un bon lema: El Món Sant Benet, un món obert als sentits.

Sortint d'un lloc tan excepcional i amb la ment plena de bones vibracions, ens vàrem dirigir a fer un dinar de germanor al poble veí de Sant Fruitós de Bages, i després d'una agradable sorpreseta darrere l'altre, tots plegats tornàvem cap a Granollers, punt de sortida i arribada. En el record ens queda haver passat un dia més excepcional!

Olga SC

Activitats socials anuals

1-Dia 23 d'abril "Roses per a la Vida", 4 taules repartides per Granollers.

Des del taller d'Art i Amistat també s'ha treballat per a portar recursos a la nostra fundació, unes precioses teules amb motiu de Sant Jordi, també els granollerins han tingut l'oportunitat d'ajudar a la Fundació amb els seus donatius.

2-Dies 1, 2, 3, 4 de maig "Tómbola de joguines reciclades".

Joguines recollides a les escoles, que portaren els nens per transformar-les en euros donatius que farien els pares a canvi d'una altre joguina.

3-Dia 19 de juny, "Premi Poesia Pepi Pagès", fruit del taller de poesia d'Oncovallès,

el nostre taller terapèutic d'expressió emocional dirigit per la Granollerina Olga Pey i per els nostres pacients avui actors ens farà gaudir d'una magnífica obra titulada "Mans enlaira", i per acabar avancem la revetlla, ara coca i cava per a tothom.

Volem agrair la col·laboració de Bon area i Caves Freixenet.

Tómbola solidària

Com cada any dins el marc de la Festa Major de hivern, el 28 de gener la tómbola de joguines reciclades vol agrair a tots els paretans, al voluntaris i com sempre la bona disponibilitat del nostre ajuntament.

Fira d'entitats 2008 Parets del Vallès

El dia 20 d'abril es va celebrar a Parets del Vallès la Fira d'entitats al Sot d'en Barriques. Aquest any, l'afluència de visitants no va ser tan nombrosa com els anys anteriors a causa del temps, però a l'estand d'Oncovallès no hi va faltar animació, tant per part de les moltes voluntàries que hi vam col·laborar com de les persones que s'acostaven per interessar-se pel que fem i demanar informació. Vam donar a conèixer el ventall d'activitats i serveis que ofereix Oncovallès i vam explicar la nostra trajectòria i els nostres projectes solidaris de futur.



Les persones que feien una donació per a col·laborar en la lluita contra el càncer rebien com a obsequi una tira de números per al sorteig d'una cistella de fruites i també una bosseta amb fruites seques. En ambdós casos havien estat donacions de dos comerciants de Parets.

Un acte tradicional de la festa va ser l'arrossada popular, que va tenir un nombre molt elevat de comensals. Algunes voluntàries van dinar al mateix estand i unes altres ens vam menjar l'arròs sota un envelata carpa, però totes vam haver de resguardar-nos de la forta pluja que queia en aquell moment.

Sant Jordi 2008



El 23 d'abril i sota el lema ROSES PER A LA VIDA, Parets del Vallès contra el Càncer de la Fundació Oncovallès, va distribuir diverses taules pel poble per a oferir roses amb la finalitat de recollir fons per ajudar les persones afectades de càncer i, com sempre, els paretans i paretanes van fer palesa la seva solidaritat i la seva comprensió amb aquesta causa fent un donatiu a canvi d'una rosa.

Volem donar les gràcies a tots els que van col·laborar amb els seus donatius, així com també a totes les voluntàries que van dedicar el seu temps i el seu esforç en aquesta bonica diada i difícil tasca.

Rosa Maria Velázquez

Delegació de Parets

III Desfilada de roba de bany

Per a dones afectades per càncer de mama i també, Desfilada de roba esportiva, de vestir i calçat



El dia 13 de juny es va fer per tercera vegada la desfilada de roba interior i de bany per a dones afectades de càncer de mama i aquest any es va incorporar una novetat: també es va lluir roba esportiva, de vestir i calçat.

La nostra presidenta Paquita Urtusol, va donar la benvinguda a tothom.

La senyora Silvia Crespo, psicooncòloga de la seu de Parets del Vallès, va dir unes paraules fent referència a com l'actitud de les persones davant de la malaltia pot influir en el seu benestar.

En els intervals, Germán Arranz i Adrian Corrales, estudiants de l'Escola de Música de Parets, ens van delectar interpretant amb guitarra fragments de peces conegudes.

La regidora de Cultura de l'Ajuntament de Parets va tancar l'acte alabant la iniciativa i la tasca que porta a terme Parets del Vallès contra el càncer de la Fundació Oncovallès, en l'atenció a les persones afectades de càncer i als seus familiars.

L'afluència de públic va ser molt nombrosa. Unes 130 persones van gaudir durant dues hores de l'ambient alegre que va existir durant tota la desfilada i també van experimentar emocions al llarg de tota la tarda veient l'alegria amb que les models gaudien de l'acte, al mateix temps que ens transmetien la seva empenta i el seu optimisme davant la vida.

Rosa Maria Velàzquez



Buff® és la marca de tubulars multifuncionals tèxtils fets amb microfibra i sense costures, que es poden posar de moltes formes diferents i amb un ampli repertori de dissenys.



**THE ORIGINAL
MULTIFUNCTIONAL
HEADWEAR**
www.buff.eu

Delegació de Cardedeu

Gràcies a la col·laboració de molta gent que s'ha involucrat en el projecte de la delegació de Cardedeu, aquest semestre hem pogut organitzar tallers quinzenals diversos. Hem d'agrair la dedicació de les persones que voluntàriament han fet possible aquestes activitats que s'han valorat molt positivament per tots els seus assistents:

Tallers de lectura, on a partir de la lectura d'un llibre se'n fa el comentari.

Xerrades de fisioteràpia, a càrrec d'un fisioterapeuta que ens va ensenyar com manipular un malalt sense fer-nos mal i com recuperar-se després d'una operació a nivell fisioterapèutic.

Tallers d'escriptura: a càrrec d'un jove escriptor del nostre poble, que ens explicà quin ha de ser el procés de creació de

relats i algunes tècniques per arribar a desenvolupar un relat o una novel·la.

Dos tallers de musicoteràpia: a càrrec d'una musicoterapeuta que ens explicà els beneficis de la música per a moltes situacions de la nostra vida i que ens ho demostrà a nivell pràctic.

El dia 3 de març es va realitzar una conferència a càrrec d'Assumpta Montellà, escriptora de "El setè camió" i "La maternitat d'Elna". Ens explicà les fonts d'on extragué la informació per als seus llibres i els secrets que s'amaguen darrera la creació de les seves novel·les, secrets que formen part de la història del nostre país.

Com a complement d'aquestes activitats hem pogut assistir cada quinze dies a sessions grupals amb la psicòloga de la Fundació Oncovallès.

30 març

El dia 30 de març vam fer el nostre primer esmorzar, al parc dels Pinetons. Tothom hi va col·laborar portant alguna cosa per menjar. Hi va participar una bona part dels que ens reunim setmanalment, molts d'ells acompanyats de la seva família.

24 abril

Vam celebrar Sant Jordi instal·lant una taula per a la venda de roses. Al migdia ja havíem venut totes les roses, 300 roses en un matí, tot un èxit per al nostre primer Sant Jordi.

16, 17 i 18 maig

El divendres 16 de maig es va inaugurar la Fira de Sant Isidre d'aquest any. Gràcies a la col·laboració dels nombrosos voluntaris amb qui podem comptar, vam disposar d'un estand per situar el nostre punt d'informació de les activitats que hem anat fent des de la nostra creació, així com també d'una taula en el carrer més concorregut per oferir informació. Gràcies també als voluntaris, el dissabte es va fer possible la col·lecta per a la nostra delegació per tot el recinte de la fira, i vam poder mantenir els punts d'informació i divulgació per donar el major servei a les persones que s'interessaven per la nostra tasca. Tot i que el temps plujós no ens va acompanyar gaire, va ser molta la gent que va contribuir amb la seva donació per tal de fer realitat el nostre projecte.



Delegació de Cardedeu



5 juny

El dia 5 de juny es va celebrar al Centre Cultural la conferència "La nutrició en el marc oncològic", a càrrec de la nutricionista Glòria Gómez. Tot i la forta tempesta que va caure abans d'iniciar-se, varem tenir una bona assistència. La conferència es va seguir amb un gran interès, mostra d'això va ser una elevada participació dels oients en acabar l'exposició, així com una forta demanda de la publicació d'alguna de les informacions que es varen projectar, que la nutricionista molt amablement ens va permetre fer arribar als assistents.

Marga i Judit



Inauguració CAP Cardedeu

El passat 11 de juliol, tingué lloc la inauguració del nou CAP de Cardedeu, per la consellera de Salut Marina Geli, l'alcalde Joan Masferrer, i la responsable del CAP, Dra. Abad.

Hi van ser presents representants de les diverses administracions, i entitats i associacions de la població.

El nou Centre d'Atenció Primària, amb el nom de Can Borràs està situat al barri de l'Estalvi, i té una superfície de 1.748,29 m2 distribuïts en dues plantes i soterrani. L'edifici pren el nom de l'antiga fàbrica tèxtil situada en els mateixos terrenys, fundada per Amadeu Borràs al gener de 1921 i que després es va anomenar La Hilandera.

M. Gonzalez

Presidenta de Cardedeu

Delegació de Santa Agnès de Malanyanes

Nou Centre Mèdic a Santa Agnès

El Nou Centre Mèdic de Santa Agnès de Malanyanes va ser inaugurat oficialment el passat 11 de juliol per la consellera de salut Marina Geli, acompanyada per l'alcalde Rafael Ros, la regidora de sanitat Montserrat Ametller, el regidor delegat de l'alcaldia a Santa Agnès, Jordi Fortí, així com el director general del Consorci Hospitalari de Catalunya, Ramon Cunillera, i el director de l'ABS La Roca, Josep Lluís Fernández.

En representació d'Oncovallès hi varen ser presents, la presidenta de la delegació Santa Agnès contra el càncer Teresa Ribalta, acompanyada per Pere Cladellas i Carme Grau, president i coordinadora de la Fundació.

Aquest nou centre sanitari va entrar en funcionament el passat mes de maig i millorarà l'accessibilitat per un poble en



Foto cedida per: Nuria Tarres / El 9 Nou

ple creixement. Cal destacar una peculiaritat que tenen tots els finestrals de l'edifici, és una panoràmica d'una visió paisatgística en perpendicular en tota la seva amplitud depenen de cada estació de l'any i que en podran gaudir tots els usuaris des de qualsevol estança. Enhorabona a tots.

Olga SC

Delegació de La Roca

La Roca contra el càncer

Les voluntàries i voluntaris de La Roca contra el càncer ens reunim sovint per tal de pensar i preparar diverses activitats i projectes que puguin ser interessants per al nostre municipi. D'entre els que hem escollit per a aquest semestre, destaquem la Diada de Sant Jordi, venent "Roses per a la Vida", i la xerrada sobre el Dia Mundial sense Tabac. Aprofitem la benentesa per encoratjar a tothom que ho vulgui a formar part del nostre voluntariat així com a participar en tots els actes que anem programant.

ROSES PER A LA VIDA

Com cada any vam ser presents a la Plaça de l'Era venent roses per St. Jordi, val a dir que, com sempre, va ser tot un èxit gràcies a la gent que hi va col·laborar i a tots els homes i dones que van voler regalar una rosa solidària.



Xerrada sobre el dia mundial sense tabac

El dia 29 de maig vam fer una xerrada sobre el Dia Mundial sense Tabac. En aquesta ocasió vam tenir la sort que ens vingués a parlar sobre aquest tema, el doctor Santi Pérez, metge de família i director de l'ABS de La Llagosta, i la doctora Mercè Pérez metge de família del CAP de La Torreta. Compartien taula amb la nostra presidenta senyora Sílvia Crespo, i la regidora senyora Montserrat Ametller. Van ser una quarantena de persones les que van assistir a l'acte.

Estem molt il·lusionats amb aquest projecte ja que creiem



que està donant molt bons fruits. N'és una prova la necessitat d'ampliació de l'horari del suport psicooncològic que, a part del dilluns de 9 a 12 també es donarà a partir de juny els dijous de 6 a 8 de la tarda.

Per últim ens agradaria aprofitar l'ocasió per donar les gràcies a totes aquelles persones que col·laboren amb nosaltres

amb la seva ajuda, econòmica i/o personal perquè per petita que sigui, sempre és benvinguda. I a tots els voluntaris i voluntàries per la seva dedicació i bona predisposició que posen en els tots els nostres projectes. Gràcies.

Conveni amb l'Ajuntament de La Roca del Vallès



Fundació Oncovallès i l'Ajuntament de La Roca del Vallès. A l'acte de signatura hi van ser presents per part municipal, l'Excm. Sr. alcalde Rafael Ros, la regidora de Sanitat i Benestar social Mont-

Dins el marc municipal el passat 26 de juny; els màxims representants d'ambdues institucions signaren un conveni de compromís interdisciplinari entre la

serrat Ametller i el cap d'àrea de l'Ajuntament de La Roca Miquel Àngel Manzano; per part de la Fundació i membres del patronat, el president Pere Cladellas, la coordinadora Carme Grau i la vicepresidenta Olga Salavedra, acompanyaven a la Presidenta de la Delegació La Roca Contra el Càncer d'Oncovallès, Sílvia Crespo. Aquest compromís esdevé dels serveis i ajudes donades a la població de La Roca des d'Oncovallès amb el suport municipal per poder portar-les a terme. Desde la Fundació volem agrair aquestes col·laboracions per tal de millorar dia a dia en quantitat i qualitat totes les nostres serveis disponibles envers la població. Molt agràits!

Presents a la Fira d'Entitats de La Roca



Dins la Festa Major d'enguany, a la Pça. St. Jordi el passat diumenge 15 de juny, La Roca contra el Càncer va estar present a la Fira d'Entitats. Aquesta diada en la que

hi van participar juntament amb unes 21 diferents entitats del poble. Tothom va voler participar i conèixer la Fundació. La plana major de la delegació de La Roca contra el Càncer, va col·laborar de manera significativa en un dels escenaris centrals de la festa. Gràcies a tots i, fins l'any vinent!

Olga SC

Delegació de Mollet

Projecte...l'orgull de l'absència

L'orgull de l'absència neix arran d'un treball que faig a una dona que ha sofert una mastectomia. Ella vol aprendre a estimar el seu cos tal com és ara, no admet la pròtesi de silicona que l'hospital l'hi ha ofert.

Amb aquest sentiment ella vol uns retrats que la representin. Vol a través de les imatges identificar-se, aprendre a mirar-se, per així començar a estimar-se per valorar aquest intercanvi a través de la mutilació que ha fet per la vida.

Les fotografies en la mesura que es pugui volen ser un treball d'ajuda per a aquesta dona.

La meua tasca com a fotògraf, no solament està en la capacitat de reproduir una realitat prou dura com per renunciar a la idealització de la interpretació de les imatges. El meu plantejament personal quan m'enfronto a l'aprofundiment de la dinàmica i realització del treball és la de ressaltar el valor més ferm d'aquesta postura, la de la lluita i la valentia per enfrontar-se amb la mort.

Una postura que no s'empara amb el victimisme, al contrari, amb la lluita per vencer la malaltia, la reacció més humana per afrontar-s'hi, per aferrar-se a la vida.

Les models de les fotografies, i no direm malaltes ens ofereixen una lliçó de força, de valentia i d'esperança.

Possiblement la manca d'una altra part del cos és més frustrant a l'hora de la nostra independència quotidiana, per las coses més simples i les més rellevants del dia a dia.

El pit d'una dona dins una societat arreladament andrògina des de fa segles i segles està sobrevalorat dins el nostre moment històric, però ho supera la seva més transcendental missió la d'alimentar als nadons. Del pit flueix l'aliment més valuós que l'ésser humà tastarà duran el procés de la vida.



A través d'aquestes dones, les models i sempre amb l'empatia en primer lloc vaig realitzar al treball.

Tot va anar fluint com un intercanvi, elles em mostraven amb tota la seva sinceritat el seu cos, primer el cos vestit i amagat amb la roba, després, a poc a poc, vaig anar demanant que alliberessin tot allò que amagava el seu drama, les empremtes de la malaltia.

Però quan mirem aquets cossos nus, en un primer moment només som capaços de veure'n les mutilacions, estem massa acostumats a veure el que és visualment correcte.

Després dels primers minuts, tot es normalitza, elles es senten a poc a poc més còmodes, i jo aprenc a visualitzar l'impacte traumàtic de la mutilació.

Les idealitzo...perquè haig de renunciar a extreure la seva part més atractiva més eròtica, més sensual, segures, valentes i sinceres. Elles reivindiquen al dret a un cos diferent.

En moments i circumstàncies del món actual el referent d'aquestes dones plenes de valentia per encarar-se als entrebancs de la vida, la malaltia. Existeix un fil alligador.

Més que mai, personalment m'interessa el referent, l'actitud davant les circumstàncies de la vida, en aquest cas, al més dolorós, l'enfrontament amb la mort.

Elles, conscients o no, ens ofereixen la lliçó més dura, la maduresa per acceptar els entrebancs de la vida, per lluitar a pesar de tot, per ser guanyadores i a vegades també acceptar la derrota.

Una dona és més que la simple representació física del seu cos, amb elles tinc el referent el guia.

Encara que siguem un cos, digne d'estimar, d'acariciar, de valorar sigui quina sigui la nostra representació, la força més poderosa està en la nostra actitud, en la fermesa de la nostra ànima per admetre com som, però sobretot per acceptar-nos com un procés d'intercanvi, de supervivència, per viure amb el que tenim, acceptant i valorant l'ésser únic que tots som.

Judith Vizcarra

Roses per a la vida



La Fundació Oncovallès i la Fundació Privada Hospital de Mollet un any més, gràcies a la bona acollida i a una immillorable disposició del doctor Jaume Duran, director gerent, i de tots els seus col·laboradors; vàrem poder fer participants a tothom de la il·lusió de regalar i rebre 'una rosa per Sant Jordi'.

Aquesta Diada l'anomenem com ja és tradicional 'ROSES PER A LA VIDA: 'lliurar una rosa és símbol d'amor i d'afecte' per a una vida plena d'il·lusions i de fermesa a l'hora de lluitar tots junts contra el càncer.

La Fundació Oncovallès dóna suport i ajuda als malalts de càncer i als familiars que més ho necessiten. Moltes gràcies a tots !

Dia Mundial Sense Tabac '08



El passat 30 de maig, amb la col·laboració d'Oncovallès, la Fundació Privada Hospital de Mollet celebrà el Dia Mundial sense Tabac. Tot el matí, a la planta baixa, personal del centre realitzà la prova que mesurava la quantitat de monòxid de carboni aspirat (coximetria) a tothom que ho desitgés, a més d'informar sobre els efectes nocius del tabac. La contenció de l'hàbit de fumar és una de les prioritats de l'OMS a Europa. Al nostre país, l'actual legislació no permet fumar en centres sanitaris a excepció de les àrees expressament delimitades (Lleis 20/85 i 10/91). Per aquestes raons, des del febrer del 2006 l'Hospital de Mollet és un "Hospital Lliure de Fum", adherit a la Xarxa Catalana d'Hospitals sense fum amb el nivell bronze d'acreditació assolit al novembre del 2007. Actualment el comitè de l'Hospital sense fum treballa la deshabituació tabàquica entre els treballadors del centre per poder oferir, a curt termini, el mateix servei a pacients ingressats. La Fundació Oncovallès hi participà amb totes les eines que té al seu abast.

Delegació de La Garriga



Sant Jordi a La Garriga

El dia de Sant Jordi, la Delegació en ple de La Garriga contra el Càncer, amb tot el seu voluntariat van ser presents a la Paça de Can Dachs per oferir a tothom qui volgués a canvi d'un donatiu, unes precioses ofrenes amb la rosa, símbol de la diada. Aquestes artesanies son fruit del treball d'un dels Tallers setmanals de la fundació, dins el programa: 'No t'aturis i camina amb la malaltia'. L'èxit obtingut ens engresca a tots plegats a continuar amb la nostra tasca!

Tómbola de joguines reciclades

Els dies 15 i 16 de febrer, amb el motiu del Dia del Càncer Infantil, varem organitzar una tómbola amb joguines reciclades. Donem les gràcies als pares i mares de La presència i voldria remarcar que uns quants pares i mares, quan van entrar a la botiga on fèiem la tómbola, van explicar als seus fills el què estaven fent, que col·laboren amb els nens que desgraciadament tenen càncer.

Moltes gràcies perquè, detalls com aquest, ens fan pensar que anem cap a un món millor.

Conchita Grancha



Dia Mundial sense Tabac '08

Dins la Setmana de la Dona, el passat 28 de maig La Garriga contra el Càncer d'Oncovallès, es va afegir als actes organitzats per l'Àrea de Salut Pública de l'Ajuntament amb una xerrada anomenada 'Parlem del tabac' a la sala de la biblioteca. La doctora Lydia Roig de l'ABS-La Garriga ens va fer expressament per a l'ocasió una acurada presentació, amb gran sentit de l'humor.

Tots els assistents vàrem gaudir-ne d'allò més.

1a Caminada popular contra el càncer

El passat diumenge 8 de juny, va ser una diada memorable a La Garriga. Més de 200 persones ens vàrem trobar en un bonic dia assolellat, amb motiu de la convocatòria feta des de la delegació La Garriga contra el Càncer d'Oncovallès i l'àrea de salut pública de l'ajuntament, sota l'emblemàtic lema: No t'aturis, i camina amb la malaltia!

L'itinerari de la caminada va ser el següent: S'iniciava a la plaça del Silenci, on a canvi d'un preu més que popular de les inscripcions que eren en la seva totalitat a benefici de La Garriga contra el Càncer, als participants, grans i petits, famílies senceres; se'ls entregava una samarreta d'Oncovallès. Després es continuava baixant per la ronda del Carril, es va pujar pel meravellós passeig que té La Garriga fins



arribar a la plaça de l'Església que era la cloenda de l'itinerari; allà se'ls oferia un entrepà i una beguda per fer la diada encara més festiva. Tot plegat va anar a càrrec de l'àrea de salut pública de l'ajuntament de La Garriga. Després del èxit obtingut, instaurem aquesta activitat per a properes edicions i, us convidem a retrobar-nos l'any vinent!

Espurnes Famoses

Les dones són com la policia: encara que tinguin totes les proves, sempre volen la confessió.

Chris Rock

La poesia és l'art de crear jardins imaginaris amb gripaus reals.

Mariane Moore

El més difícil d'aprendre a la vida és quin pont hem de creuar i quin pont hem de cremar.

Bertrand Russell

L'única vacuna contra l'avoriment és l'amor.

Alberto Moravia

Acudits

—Doctor, què puc fer perquè la meva dona es quedi embarassada a les vacances?

—Endugui-se-la amb vostè.

Un aturat a la oficina de l'Inem. —Podria donar-me feina? Tinc vint fills.

—Vejam...a part d'això, vostè què sap fer?

Un amic li diu a l'altre: —Tu te'n vas anar al llit amb la teva dona abans de casar-te?

—Jo no, i tu?

—Jo sí, però no sabia que seria la teva dona.

Consells pràctics

Cervells en forma

Trencaclosques, encreuats, mandales, sudokus i altres exercicis per al cervell, milloren la concentració dels adults. Un estudi del centre mèdic Bautista de la Universitat de Wake Forest de Carolina del Nord, ha demostrat que vuit sessions d'entrenament d'atenció, milloren la capacitat per concentrar-se. Per a la investigació van utilitzar imatges per ressonància magnètica funcional per analitzar el fluid sanguini i l'activitat cerebral dels participants mentre realitzaven les tasques assignades.

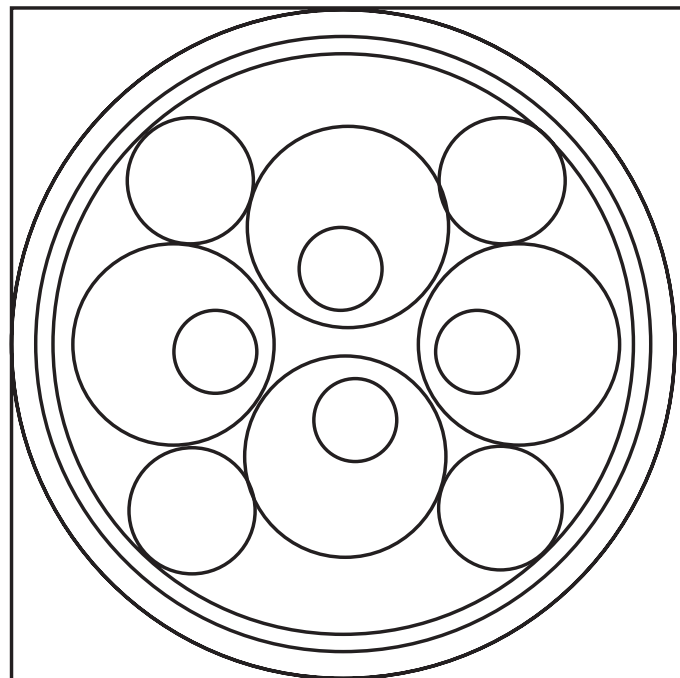
Càncer de pròstata

Segons el National Cancer Institute, els homes poden reduir a la meitat el risc de desenrotllar càncer de pròstata agressiu si a la seva dieta afegeixen una gran quantitat de bròquil, coliflor, cols de Brussel·les i carbassa.

Mandala circular

Joc per posar en pràctica el primer consell.

Esther Castanyer



Artículo nº 1045X



Artículo nº 5760



Artículo nº 6404



Artículo nº 5756X



Tender Body Care

Cup
AA-A-B-C-D-E-F-G-H

Anita
UniqueBodyWear
- since 1886 -



Por favor, mándenme
información gratuita a:

AnitaCare®

Corsetería, prótesis y moda de baño
para mujeres mastectomizadas.

Nombre – Apellidos

.....
.....

Calle

.....
.....

C.P. – Población

.....
.....

ANITA Spain S.L. • Ronda Maiols 1 • Local 233 B
08192 Sant Quirze del Vallés (Barcelona)
Teléfono: 93 746 44 27 • Fax: 93 710 42 92
E-mail: anita.sp@anita.net

www.anita.com



LA VIDA POR DELANTE



Oncovallès
Fundació Privada
d'Ajuda Oncològica

Fes un donatiu!
6 euros a l'any
ens poden ajudar molt!

Fes-te soci!

Sr./Sra.

DNI Adreça

Població Província C.P.

Data de naixement Tel. Mòbil

Sol·licita l'admissió de col·laborador amb La Fundació Oncovallès amb una quota de (marcar casella corresponent) amb càrrec al compte corrent o llibreta del banc/caixa

Núm. de compte:

Entitat:	Oficina:	DC:

Signatura:

Data:

☐ 6 euros ☐ 30 euros ☐ 60 euros
☐ Altra quantitat Euros
☐ mensual ☐ trimestral ☐ anual

Caldes de Montbui - Av. Josep M^a Fontcuberta, 128
Palau Solità
L'Ametlla del Vallès - Passeig de l'Ametlla, 17
Sant Feliu de Codines

Mollet del Vallès - C/ Sant Llorenç, 41
Granollers - Av. del Parc, 9, 6a. planta
Santa Agnès de Malanyanes
La Roca del Vallès - Plaça de l'era, s/n

Cardedeu - C/ Acàcies, 1
Parets del Vallès - Av. Catalunya, 74
La Garriga - Carretera Samalús, 2-4